

## Merkblatt Noroviren für Eltern

### Allgemeines:

Noroviren sind weltweit verbreitet und treten häufig auf, vor allem in den Wintermonaten. Besonders schnell können sie sich in Gemeinschaftseinrichtungen wie Schulen, Kindergärten verbreiten. Sie können Magen-Darm Infektionen auslösen, die in der Regel sehr plötzlich beginnen.

### Übertragung

Noroviren werden direkt von Mensch zu Mensch übertragen, meist über Stuhl oder Erbrochenes. Es ist aber auch möglich, sich über Speisen, Getränke oder kontaminierte Gegenstände zu infizieren. Durch die hohe Infektiosität kommt es leicht zu einer lawinenartigen Ausbreitung der Krankheit, bereits 10 bis 100 Viren genügen für eine Ansteckung. Die Erkrankung hinterlässt allenfalls eine sehr kurze Immunität, so dass man sich auch wieder anstecken kann. Die höchste Infektiosität besteht in der akuten Phase, dauert danach aber noch an. Die Viren können bis zu 14 Tag auf kontaminierten Gegenständen überleben.

### Inkubationszeit

Die Zeit zwischen Infektion und Ausbruch der Erkrankung beträgt 12 bis 50 Stunden

### Krankheitszeichen

In der Regel, aber nicht immer beginnt die Krankheit mit explosionsartigem Erbrechen oder Durchfall. Oft wird die Krankheit von massiver Übelkeit, Bauchschmerzen, Bauchkrämpfen oder Muskelschmerzen begleitet. Fieber ist selten und in der Regel nur mit leicht erhöhten Temperaturen verbunden. Die Krankheit dauert in der Regel 1 bis 3 Tage. Gefahr durch den Flüssigkeitsverlust besteht vor allem für Säuglinge, Kleinkinder und betagte Personen sowie für Immunsupprimierte.

### Therapie

Es gibt keine spezifische Therapie. Bettruhe und Flüssigkeitszufuhr in kleinen Schlucken sind empfohlen.

### Massnahmen

Kontroll- und Hygienemassnahmen müssen schnell und zielgerichtet eingeleitet werden. Ziel ist der Schutz gesunder Personen.

- Wenn Ihr Kind erkrankt, muss es sofort abgeholt werden. Bringen Sie einen Plastiksack als Auffangmöglichkeit für das Erbrochene und einen Schutz für den Sitz im Auto oder ÖV mit.
- Waschen Sie sich gründlich Ihre Hände (mindestens eine Minute) mit Flüssigseife. Verwenden Sie ausschliesslich Papierhandtücher oder waschen Sie die Handtücher nach jedem Gebrauch bei 60°C
  - Händedesinfektion ist nur sinnvoll, wenn Sie die Technik kennen, und genügend Desinfektionsmittel mindestens 30 Sekunden auf der ganzen Hand und den Handgelenken verteilen. Tests bei Gesundheitsprofis zeigen immer wieder Benetzungslücken, deswegen ist für Laien gründliches Händewaschen sicherer.
- Halten Sie strikte Händehygiene ein, vor allem nach dem Toilettengang. Achten Sie darauf, dass auch Ihr Kind die Händehygiene strikt einhält und häufig durchführt
- Zur Desinfektion der Toilette eignet sich Javel- Wasser. Beachten Sie, dass dabei keine anderen Reinigungsmittel, auch keine Toilettenduftsteine oder ähnliches, in der Toilette angewendet werden dürfen
- Entfernen Sie, wo möglich, alle nicht waschbaren Gegenstände wie z.B. lose Teppiche aus den Räumen.

- Wäsche soll bei mindestens 60° gewaschen werden. Für Geschirr ist eine Wäsche in der Geschirrwaschmaschine bei Temperaturen über 60°C ausreichend.
- Spielzeug, das waschbar und temperaturbeständig ist, wie z.B. Lego kann in einen Kopfkissenbezug gegeben und in der Waschmaschine gewaschen werden. Nicht waschbares, aber temperaturbeständiges Spielzeug kann im Tumbler dekontaminiert werden. Sämtliche anderen kontaminierten Gegenstände sollten Luftdicht in einen Plastiksack verpackt und 14 Tage im Freien gelagert werden.
- Geben Sie Ihrem Kind schluckweise Getränke. Es eignen sich isotonische Getränke, Wasser, Boullion, Cola.
- Ihr Kind wird nicht essen wollen. Das gibt sich nach wenigen Tagen wieder und stellt keinen Grund zur Besorgnis dar.
- Falls Sie das Gefühl haben, Ihr Kind ist mit sehr wenig Flüssigkeit versorgt und zeigt erste Anzeichen von Bewusstseinstörung, sollten Sie einen Arzt kontaktieren, insbesondere wenn Ihr Kind noch sehr klein ist. Bitte rufen Sie vorher bei Ihrem Arzt oder der behandelnden Einrichtung an und teilen Sie den Verdacht auf Noroviren mit, damit diese Vorsichtsmaßnahmen zum Schutz anderen Patienten treffen können.

### **Rückkehr in die Schule, den Kindergarten oder die Kindertagesstätte**

Betroffene Personen dürfen frühestens 48 Stunden nach den letzten Symptomen (Erbrechen oder Durchfall) wieder zur Schule kommen. Bitte halten Sie sich strikt daran, Sie schützen alle anderen Personen in der Einrichtung.